

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap penelitian yang berjudul "Pengaruh *Work-Life Balance* dan *Job Burnout* Terhadap Kepuasan Kerja: Studi Kasus Pada Karyawan Start-up Nakama.id", berikut adalah kesimpulan yang dapat diambil:

1. *Work-Life Balance* dan *Burnout* memiliki pengaruh positif secara simultan atau bersama-sama terhadap Kepuasan Kerja. Dalam hipotesis ini, peneliti menggunakan uji f (simultan) karena menyatakan bahwa kedua variabel independen, yaitu *Work-Life Balance* dan *Burnout*, secara bersama-sama memengaruhi Kepuasan Kerja. Hasil uji f menunjukkan tingkat signifikansi yang lebih rendah dari nilai minimum yang ditetapkan. Temuan ini juga didukung oleh perhitungan Fhitung yang lebih besar daripada nilai Ftabel. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa *work-life balance* dan *burnout* memiliki pengaruh positif secara bersama-sama terhadap kepuasan kerja karyawan Startup Nakama.id.
2. *Work-Life Balance* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Kerja. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji t (parsial) yang menunjukkan tingkat signifikansi yang lebih rendah dari nilai minimum yang ditetapkan. Temuan ini juga didukung oleh perhitungan thitung yang lebih besar daripada nilai ttabel. Selain itu, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa koefisien regresi X adalah positif. Artinya, jika terjadi peningkatan satu unit dalam *Work-Life Balance*, maka akan terjadi peningkatan juga dalam kepuasan kerja karyawan Nakama.id. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa *work-life balance* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Startup Nakama.id.

3. *Burnout* memiliki pengaruh negatif namun tidak signifikan terhadap Kepuasan Kerja. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji t (parsial) yang menunjukkan tingkat signifikansi yang lebih tinggi dari nilai minimum yang ditetapkan. Temuan ini juga didukung oleh perhitungan thitung yang lebih kecil daripada nilai ttabel. Selain itu, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa koefisien regresi X adalah negatif. Artinya, jika terjadi peningkatan satu unit dalam *Burnout*, maka akan terjadi penurunan dalam kepuasan kerja karyawan Nakama.id. Namun, *burnout* juga tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja ketika seimbang dengan faktor lain, seperti *work-life balance*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa burnout memiliki pengaruh negatif namun tidak signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Startup Nakama.id.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Perusahaan

Berdasarkan temuan dalam penelitian tentang "Pengaruh *Work-Life Balance* dan *Job Burnout* Terhadap Kepuasan Kerja: Studi Kasus Pada Karyawan Start-up Nakama.id", ditemukan bahwa *work-life balance* memiliki koefisien yang lebih tinggi dalam pengaruhnya terhadap kepuasan kerja karyawan. Oleh karena itu, peneliti memberikan saran kepada Perusahaan Nakama.id untuk meningkatkan indikator keseimbangan waktu bagi karyawan. Tujuan dari saran ini adalah agar karyawan dapat memiliki waktu yang cukup bersama dengan keluarga setelah bekerja, serta memudahkan karyawan dalam membagi waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas kantor.

5.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan temuan dalam penelitian mengenai "Pengaruh *Work-Life Balance* dan *Job Burnout* Terhadap Kepuasan Kerja: Studi Kasus Pada Karyawan Start-up Nakama.id", terdapat beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti, antara lain:

1. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan melakukan pengukuran variabel-variabel pada bidang pekerjaan lainnya di perusahaan Nakama.id.
2. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan ulang model penelitian agar dapat mencakup fenomena yang terjadi secara lebih tepat di Nakama.id.
3. Disarankan juga untuk menambahkan variabel-variabel lain dalam penelitian agar hasilnya lebih luas dan komprehensif.

